

HEALING FROM SOURCE



**GANZHEITLICHE
TRAUMA INTEGRATION
30. NOVEMBER 2025**

**TRANSFORMATIVE
SOMATISCHE MEDITATION**



www.healingfromsource.com

IN DER STILLE LIEGT DIE KRAFT - GANZHEITLICHE TRAUMA INTEGRATION

DEIN RETREAT IN ZÜRICH: MEDITATION & TRAUMA INTEGRATION

IN DIESEM RETREAT ERFORSCHEN WIR DIE
VERSCHIEDENEN AUSDRUCKSFORMEN VON
“BODHICHITTA” UND WIE SIE SICH IN UNSEREM
KÖRPER MANIFESTIEREN.

INSBESONDERE DIE WAHRNEHMUNG VON
ULTIMATIVEM “BODHICHITTA” (DIE DIREKTE
ERFAHRUNG DER GRUNDLEGENDEN NATUR DES
GEISTES) HILFT, TRAUMATISCHE ERFAHRUNGEN
ZU TRANSZENDIEREN UND DIE FÜLLE UNSERES
DASEINS DURCH DEN KÖRPER ZU SPÜREN.

ANGELEITETE ATEMTECHNIKEN ERMÖGLICHEN DIR
IN EIN TIEFES GEFÜHL VON VERBUNDENHEIT, RUHE
UND INNERER BEZIEHUNG EINZUTRETEN.

DER RETREAT BEINHALTET VERSCHIEDENE
SOMATISCHE MEDITATIONEN SOWIE
WAHRNEHMUNGSÜBUNGEN, DIE TRAUMA-
INTEGRATION FÖRDERN.

BITTE BRINGE EINEN STIFT UND EIN NOTIZHEFT MIT.

BUCHE DEINEN PLATZ NOCH HEUTE:
SANDRA@HEALINGFROMSOURCE.COM

